5.022 Polievka z hlivy ustricovej s cestovinou
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
hliva ustricová čerstva			2,00	1,80	2,50	2,25	3,00	2,70
koreňová zelenina			2,00	1,60	2,20	1,76	2,50	2,00
cibuľa			0,35	0,29	0,35	0,29	0,40	0,34
paprika mletá červená			0,03	0,03	0,05	0,05	0,07	0,07
olej			0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
soľ			0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12
korenie mleté čierne			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
cestovina			0,80	0,80	1,00	1,00	1,20	1,20
ochucova dlo			0,05	0,05	0,10	0,10	0,10	0,10
petržleno vá vňať čerstvá			0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11
hmotnosť porcie v g			200		220		250	

Výrobný postup

Na oleji speníme cibuľu, pridáme červenú mletú papriku, očistenú, umytú a na kocky pokrájanú koreňovú zeleninu, zalejeme horúcou vodou, osolíme a okoreníme. Pridáme očistené, umyté, posekané hlivy a varíme. Dochutíme ochucovadlom. Pred podávaním pridáme dobre umytú a posekanú petržlenovú vňať, varíme ešte 20 minút. Cestovinu uvaríme zvlášť v slanej vode a pridáme do polievky pred podávaním.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	258	62	1,51	2,3	1,2	8,3	0,9	16,3	0,3	0,108	0,0	0,0	5,6	0,0
C	321	77	1,87	2,9	1,5	10,3	1,0	19,4	0,4	0,133	0,0	0,0	6,4	0,0

D	382	92	2,25	3,4	1,8	12,2	1,1	22,1	0,5	0,137	0,0	0,0	7,2	0,0